Ejemplo de contenidos para la estructuración de ciclos educativos para la juventud

Tabla 22. Ejemplo de contenidos para la estructuración de ciclos educativos para la juventud

Resultados esperados	Capacidades a trabajar con los jóvenes	Contenidos a abordar con jóvenes		
		Juventud temprana (18 a 20 años)	**Juventud media (21 a 23 años)**	**Juventud tardía (24 a 28 años)**
Jóvenes que desarrollan la capacidad de agencia para el cuidado de la salud.	Comprende los cambios esperados en la juventud y la cultura del envejecimiento activo y saludable, que le permiten generar hábitos y prácticas de cuidado para el mantenimiento de su salud y la prevención de condiciones crónicas.	Características del desarrollo de la juventud (fisiológicas, psicológicas, cognitivos, sexuales emocionales y sociales) de acuerdo al contexto social y cultural.	Prácticas para la realización del auto examen de mama en hombres y mujeres y de testículo	Juego, recreación y ocio, y sus beneficios en el desarrollo físico, cognitivo y psicosocial
Jóvenes que realizan actividad física regular y actividades de juego, ocio y recreación.		Cultura del envejecimiento activo y saludable	Mantenimiento de una cultura para el envejecimiento activo y saludable (seguimiento inicial)	Actividades y estrategias que fortalecen las capacidades cognitivas
		Higiene del sueño	Mantenimiento de la higiene del sueño y el descanso, actividad física y deporte para la salud	Riesgos y acciones para prevención de consumo de sustancias psicoactivas
		Actividad física, deporte y salud.	Apropiación de los derechos en la atención en salud, la corresponsabilidad y los mecanismos para su exigibilidad	Mantenimiento de una cultura para el envejecimiento activo y saludable
		Deberes y derechos en la atención en salud y los mecanismos de exigibilidad del derecho a la salud		Mantenimiento de hábitos para una Higiene del sueño, actividad física y deporte
				Conocimiento y regulación de las corresponsabilidades para en la atención en salud, en función de los derechos y los mecanismos de exigibilidad de la salud integral